



FORMATION

maj : janv 2015

« *Processus de deuil, pertes et transitions de vie* »

OBJECTIFS :

Comment faire face à un changement, une perte, une séparation, un deuil ? Traverser ces bouleversements nécessite un cheminement que l'on nomme

processus de deuil.

Ces trois journées nous permettront :

- d'identifier et de décrire les différentes étapes du processus de deuil
- de mieux comprendre les réactions et les besoins de la personne endeuillée aux différentes étapes de son processus.
- d'identifier les émotions suscitées par un deuil, d'en comprendre le sens et de trouver les moyens adéquats de les gérer
- de développer notre faculté d'écoute de la personne endeuillée.
- de se situer par rapport à nos propres vécus de deuil
- d'expérimenter des approches facilitant le cheminement du deuil
- de pratiquer des exercices ciblés permettant de développer l'énergie nécessaire à la traversée des situations de crise

PARTICIPANTS :

Toute personne amenée à soutenir des endeuillés (bénévole, soignant, proches d'endeuillé...) ou désirant mieux comprendre les processus de deuil, perte et transition de vie à des fins personnelles ou professionnelles.

Contenu :

Au cours de la première journée, nous définirons les concepts de perte, séparation, deuil et décrirons les différentes étapes par lesquelles l'endeuillé passe pour traverser un deuil et retrouver une stabilité dans sa vie.

Durant les deux journées suivantes, nous prendrons le temps d'identifier différentes pertes dans nos vies afin d'évaluer où nous en sommes dans nos processus de deuil, de noter ce qui nous a aidé ou ce qui fait obstacle à notre cheminement.

Nous comprendrons mieux le fonctionnement de notre système émotionnel afin de mieux le gérer.

Nous partagerons différentes stratégies et moyens qui peuvent faciliter le chemin du deuil

et proposerons certains outils d'accompagnement pour les personnes en situation de perte.

Méthodologie :



Apports théoriques ciblés, partage du vécu de chacun, échanges, exercices.

DUREE et HORAIRES : 2 jours + 1 jour à un mois d'intervalle de 9 H 30 à 16 H 30

LIEU : Vivre son deuil Nord Pas de Calais 5 avenue Oscar Lambret 59037 LILLE

FORMATRICE : Dominique PINCHART

Formation de base : Licence en philologie romane et agrégation de l'enseignement secondaire supérieur

Formation en Analyse Transactionnelle (spécialisée dans l'accompagnement des deuils)

Formatrice dans le domaine du deuil pour les bénévoles en soins palliatifs, le personnel travaillant en maisons de repos ou en soins à domicile et pour les professionnels de la petite enfance (crèches, gardiennes privées, institutrices, ...)

Consultations individuelles en accompagnement du deuil et traversées de crises (travail psycho-corporel)

Professeur de yoga. Formatrice de professeurs de yoga au sein de l'école ETY (Etude et Transmission du Yoga)